

Años de investigación y desarrollo revelan que:

EL APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL ES IMPORTANTE PARA QUE EL ESTUDIANTE TRIUNFE EN LA ESCUELA, EN EL TRABAJO Y EN LA VIDA

Los niños que han tenido aprendizaje social y emocional (SEL por sus siglas en inglés) muestran:

- Hasta un 11 por ciento de mejoría en sus exámenes de conocimientos
- Más conexiones positivas con la escuela y más entusiasmo para el aprendizaje
- Aumento en su autoestima y en su responsabilidad hacia los demás
- Menos problemas de comportamiento y menos estrés emocional
- Buen carácter y conducta cívica

Criar y educar niños bondadosos, capaces de superarse y seguros de sí mismos

La preparación de los niños para triunfar en la vida requiere de amor, dedicación y paciencia interminable. También requiere de una educación amplia y equilibrada que combina el avance académico con el desarrollo social y emocional. Esto es evidente en las investigaciones. Los niños se desempeñan mejor en sus estudios



cuando aprenden a controlar sus emociones, a establecer relaciones positivas, a desarrollar un carácter bondadoso y compasivo, a tomar decisiones responsables y a responder en forma constructiva a situaciones difíciles. Este folleto lo introducirá a algunos de los beneficios del aprendizaje social y emocional (SEL por sus siglas en inglés) y lo que puede hacer en casa y en la escuela de su hijo para promover un desarrollo social y emocional sano, además de éxito académico.

COLABORACIÓN ENTRE FAMILIAS Y ESCUELAS

Establecer y mantener las iniciativas SEL de manera exitosa no es solo la responsabilidad de la escuela. Los padres de familia y personas encargadas de cuidar a los niños comparten esta responsabilidad. Los mejores resultados para los estudiantes se logran cuando las familias y las escuelas colaboran para coordinar sus esfuerzos. Estas colaboraciones muchas veces comienzan con el líder de la escuela, por ejemplo el director, cuando se comparte la información SEL de la escuela con las familias. Así las familias y las escuelas pueden trabajar mejor juntas para reconocer y promover SEL en la casa, la escuela y a través de la comunidad.

Lo que usted puede hacer para promover SEL en su escuela

Los padres de familia y las personas encargadas de cuidar a los niños pueden promover su desarrollo social y emocional informándose acerca de la iniciativa SEL de su escuela. Pregúntele al líder de su escuela o al maestro del niño lo que puede hacer para contribuir. A continuación hay algunas sugerencias:



- Asista a juntas de información acerca de SEL para familias en la escuela
- Pregúntele al maestro de su niño cómo se usa SEL en la escuela
- Participe en entrenamientos de SEL para padres de familia y personas encargadas de cuidar niños
- Ayude en el salón de clases de su niño
- Participe con el niño en tareas relacionadas con SEL
- Promueva la eficacia de SEL a través de su comunidad
- Ayude a recaudar fondos para sustentar las iniciativas SEL

Para más información acerca del aprendizaje social y emocional y los estándares de SEL en Illinois, por favor visite estos sitios:

- The Illinois Children's Mental Health Partnership (www.icmhp.org)
- The Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL) (www.casel.org)
- University of Illinois Extension (<http://web.extension.uiuc.edu/sel>)
- The Illinois State Board of Education (www.isbe.net) (Estándares SEL en Illinois)

Patrocinado por las siguientes organizaciones:



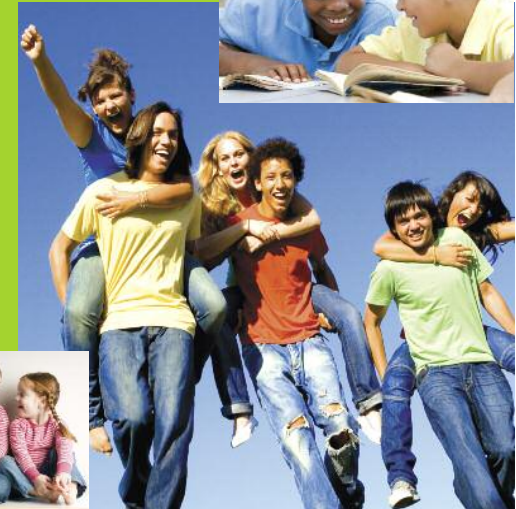
Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning



Illinois State Board of Education

CRIAR Y EDUCAR NIÑOS BONDADOSOS, CAPACES DE SUPERARSE, Y SEGUROS DE SÍ MISMOS

Lo que padres de familia y personas encargadas de cuidar niños necesitan saber acerca del aprendizaje social y emocional (SEL) y la razón por la que esto merece su apoyo en la escuela y en la casa.



APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL EN LA ESCUELA Y EN LA CASA

Hay una nueva dirección en la educación en Illinois. Consiste de un esfuerzo por todo el estado para promover la implementación del aprendizaje social y emocional, en forma adecuada, entre todos los estudiantes. Años de estudios demuestran que educando a los niños en aspectos de SEL, en conjunto con las materias escolares, eleva el nivel de resultados de los exámenes de aprendizaje y la tasa de graduación. También ayuda a fortalecer la autoestima. Los estudiantes sienten que se les aprecia y se les respeta. Se interesan más en aprender.

El éxito de la iniciativa de SEL de Illinois no solamente requiere la participación de la escuela y de los maestros de su niño, sino también el apoyo y la continuidad en casa. Haga el compromiso de informarse acerca de los esfuerzos SEL de su escuela, coordine los proyectos SEL de la escuela de su niño con actividades en casa y trabaje con los maestros y líderes de la escuela para promover SEL a través de toda su comunidad. Cuando haga usted esto, aumentará considerablemente las oportunidades de que su estudiante tenga éxito en la escuela, en el trabajo y en la vida.

Cinco Capacidades Básicas de SEL que Todos Deben Adquirir

SEL identifica cinco capacidades principales que son fundamentales para el éxito en la vida:

Conciencia de sí mismo: Identificar los pensamientos, las emociones y los puntos fuertes de uno, y darse cuenta de cómo estos influyen nuestras opciones y acciones.

Auto-control: Establecer y tratar de lograr metas a corto y a largo plazo y controlar sus emociones para que faciliten, en lugar de que afecten, lo que tenga que hacer.

Conciencia Social: Identificar y entender las ideas y los sentimientos de los demás, respetar sus derechos y valorar la diversidad.

Destreza en Manejo de Relaciones: Establecer y mantener lazos sanos y satisfactorios con personas y grupos a través de la comunicación, el saber escuchar y la capacidad de negociar.

Responsable por la Toma de Decisiones: Generar, llevar a cabo, y evaluar soluciones positivas, basadas en información correcta, frente a los problemas. Asumir responsabilidad por decisiones personales y por el comportamiento de uno.

CONTRATO DE LOS PADRES PARA CRIAR Y EDUCAR NIÑOS BONDADOSOS, CAPACES DE SUPERARSE, Y SEGUROS DE SÍ MISMOS

Hay diez cosas que trataré de hacer en casa para enseñarles a mis niños habilidades sociales y emocionales y darles más fuerza, juicio y sabiduría, y resistencia para cuando se enfrenten a las dificultades de la vida.

Prometo: 1. **Enfocarme en sus puntos fuertes.** Cuando mis niños lleven a casa los resultados de sus exámenes, primero elogiaré lo que hicieron bien y luego hablaré con ellos acerca de lo que pueden mejorar. No voy a criticar solamente las cosas que hicieron mal.

2. **Poner en práctica consecuencias justas cuando los niños se porten mal.** A veces los padres o las personas que cuidan niños exigen consecuencias injustas cuando están enojados. "Como te comportaste mal, no puedes ver la televisión por un mes." (No es sorprendente que los niños estén viendo la televisión después de uno o dos días). Estableceré consecuencias justas y las llevaré a cabo en forma consistente.

3. **Preguntarle a los niños cómo se sienten.** Cuando yo haga esto, les estoy demostrando que sus sentimientos son importantes y que me preocupo por ellos.

4. **Encontrar maneras de mantenerme calmado cuando esté enojado.** Sé que es normal el enojarse o el estar molesto, pero no debo perder el control. Es mejor respirar profundo varias veces, o dejar de hablar, o irme del cuarto. Fomentaré la conversación entre la familia acerca de lo que podemos hacer para mantenernos calmados.

5. **Evitar humillar y burlarme de mis niños.** El criticar injustamente y el sarcasmo hace que los niños se sientan mal con su persona. Pueden perder la confianza en sí mismos, lo cual puede causar problemas con sus tareas de la escuela, enfermedades y que no se lleven bien con sus amigos. También debilita la confianza en nuestra relación. Trataré de darles a mis niños la oportunidad de cometer errores cuando estén aprendiendo cosas nuevas.

6. **Estaré dispuesto a perdonar.** Si no me comunico apropiadamente, me disculparé y explicaré con calma lo que estaba tratando de decir. Darles buen ejemplo es enseñarles que es posible superar los problemas a través de la consideración y el respeto a los demás.

7. **Darle a mis niños opciones y respetar sus deseos.** Cuando los niños tienen la oportunidad de escoger sus decisiones, aprenden como resolver los problemas. El dejar que mis niños tomen decisiones les enseña que sus ideas y sentimientos me importan.

8. **Hacer preguntas que ayuden a mis niños a resolver sus propios problemas.** Cuando mis niños tengan un problema, no voy a intervenir ni a dominar la situación. Lo que sí haré es tratar de hacerles buenas preguntas y animarlos a que encuentren soluciones adecuadas por sí mismos.

9. **Leer libros y cuentos juntos.** Leer en voz alta es una manera de compartir algo agradable y de aprender la forma en que otras personas manejan temas comunes, tales como hacer amigos o resolver problemas.

10. **Exhortar a compartir y a ayudar a los demás.** Hay muchas maneras en las que mi familia puede hacer esto, por ejemplo cocinar en un albergue para personas sin techo, o participar en una caminata para recaudar fondos, o ayudar a vecinos de edad avanzada o a familias necesitadas. Mis niños aprenderán que pueden tener un impacto positivo en las vidas de otras personas.

Coloque aquí la fotografía de su hijo/a



Firma del Padre o Persona Encargada de Cuidar a los Niños _____ Fecha _____

Firma del Padre o Persona Encargada de Cuidar a los Niños _____ Fecha _____

Lo invitamos a que lea y a que firme este contrato y a que lo ponga en su refrigerador o en alguna otra parte visible de su cocina como recordatorio de su compromiso para criar y educar niños bondadosos, capaces de superarse, y seguros de sí mismos.